

## **Traumatherapie**

*Deze therapie is voor mensen met onverwerkte trauma's (bv. misbruik, levensbedreigende ziektes, operaties, geweld, een val of een ongeluk. Trauma's zetten zich vast in het lichaam in de spieren en in het zenuwstelsel. De methode Somatic Experiencing(SE) is een zachte, natuurlijke benadering om het lichaam te leren te ontladen, zodat vastgezette levensenergie weer vrij kan stromen. De traumatische geschiedenis hoeft niet herbeleefd te worden. S.E. creëert rust en zelfvertrouwen.*

*Meer info: [www.traumahealing.org](http://www.traumahealing.org)  
[www.traumahealing.com](http://www.traumahealing.com)*

## **Hartcoherentie**

*Met de HeartMath en HeartQ methodiek leer je weer contact te maken met je hart door middel van ademhaling en positieve opname van beelden, geluid o.i.d. Het betekent dat als hart en ademhaling goed samenwerken je beter kunt denken, je minder snel afgeleid bent en je beter kunt concentreren. Ook leer je meer van jezelf te houden. Het is een leuke methode, die spelenderwijs wordt geleerd, door middel van computerspelletjes en DVD's. Er ontstaat rust, betere schoolresultaten, je leert genieten van het leven en beter te werken. Er kan ook met schoolprojecten worden gewerkt (helpt o.a. bij ADHD en ADD klachten).*

## **Emotioneel Lichaamswerk**

*Deze therapie is erop gericht om beter in balans te komen door te voelen en te doen. Je leert d.m.v. vaak speelse oefeningen beter contact te krijgen met je emoties en behoeftes. Je leert je gedragspatronen te herkennen, om te gaan met je grenzen, angsten, klachten en blokkades. Daarnaast leer je je gevoelens te hanteren, te doseren, te uiten en ze een plek te geven. Deze methode geeft naast inzicht ook vele praktische handvaten in je dagelijks leven.*

## **Massagetherapie**

*Een algehele lichaamsmassage is ter ontspanning, ter verzachting van pijn en om stress te verminderen. Tijdens de massage kan ik gebruik maken van de volgende methodieken: Klassieke- en intuïtieve massage, Reiki, Hawaiïaanse en aromatherapie. Degene die gemasseerd wordt ontspant zich. Soms kunnen er emoties vrijkomen, doordat blokkades opgeheven worden. De behandeling helpt ook om ziektes te voorkomen.*

## **Aura- en Chakrahealing**

*Tijdens deze vorm van healing is er sprake van een schoonmaak van je energiesysteem. Een goede doorstroming van energie bevordert je gezondheid. Het helpt je bij het overwinnen van problemen en ondersteunt persoonlijke groei. Je kunt voor een algemene healing komen maar ook voor een specifiek thema.*

## **Familieopstelling**

*Deze therapeutische methode maakt verstoorde verhoudingen binnen familieverbanden zichtbaar door de verborgen dynamiek in kaart te brengen. Door een ruimtelijke opstelling van representanten van familieleden ontstaat er een zichtbaar patroon, waarin emotionele spanningsvelden zich aftekenen. Met deze informatie wordt gewerkt naar integratie en heling. Een familieopstelling doe ik meestal in een één op één behandeling.*

## **Beurzen en Lezingen**

*Via mijn website kunt u zien op welke beurs ik sta en wat ik daar doe. Over de thema's van deze folder en over het werken met kinderen geef ik regelmatig lezingen. U kunt hierover vrijblijvend informatie opvragen.*

## **Cursussen**

*In mijn praktijk geef ik regelmatig cursussen in o.a. massage en ontspanningstechnieken.*

*Voor het geven van workshops op sjamanistisch gebied verwijs ik u naar de uitgebreide beschrijving van de mogelijkheden op mijn website en in de agenda daarvan.*

*Annuleringsregeling: Als u niet 24 uur van te voren afzegt, wordt 1 uur in rekening gebracht.*

## ***De behandelingen kunnen je helpen bij:***

- spanningsklachten, onzekerheid, burned out,
- angsten, depressie of andere psychische klachten,
- chronisch lichamelijke klachten.
- Het verwerken van traumatische gebeurtenissen, zoals het verlies van een dierbare,
- Post Traumatische Stress,
- je persoonlijke groeiproces en zingeving,
- het loslaten van oude (familie) patronen.

*(Er zijn aparte folders voor begeleiding van kinderen en hun ouders en folders voor SE voor volwassenen en SE voor kinderen en adolescenten downloadbaar).*

## ***Wat levert het je op ?***

*Je komt meer in balans, rust en ontspanning,  
Je leert je eigen leven weer in de hand te nemen,  
Je leert je grenzen aan te geven, vaardigheden om jezelf te helen,  
Je krijgt meer levensplezier en eigenwaarde.*



***Margriet Wolf (1954)***

***Na mijn loopbaan als lerares heb ik me o.a. geschoold in de genoemde methodes en therapieën. Ik heb jarenlang les gehad van leraren uit oude en moderne tradities in binnen- en buitenland.***

***Ik ben gespecialiseerd in natuurlijke vormen van therapie, die het zelf helend vermogen van mensen gebruikt. Samen met mij kan je oplossingen vinden, die voor jou goed zijn. Dan ontstaat er geen afhankelijkheid, maar kracht van binnenuit. Door mijn eigen trauma's te verwerken, heb ik geleerd mezelf te accepteren en de ander in zijn uniekheid te gemoed te treden. Om up to date te blijven volg ik lezingen, congressen en workshops. Op mijn website staat een uitgebreide C.V. Ik ben lid van de volgende beroepsverenigingen: NVPIT e.a., NtVP, NNG. Via de aanvullende verzekering van de zorgverzekeraar is vergoeding vaak mogelijk.***

Margriet Wolf  
Rijksstraatweg 9  
9257 DR Noardburgum  
Tel. 0511-477464 of  
Mobiel: 06 - 46054860  
Email: [info@manyfires.nl](mailto:info@manyfires.nl)  
Website: [www.manyfires.nl](http://www.manyfires.nl)



***Praktijk voor:***

- *Lichaamsgerichte Traumatherapie*
- *Hartcoherentie*
- *Emotioneel lichaamswerk*
- *Massagetherapie*
- *Aurahealing*
- *Familieopstelling*
- *Beurzen en lezingen*
- *Cursussen*

***door Margriet Wolf***

***Bel voor informatie: of afspraak:  
0511-477464 of  
06-46054860  
[info@manyfires.nl](mailto:info@manyfires.nl)  
Website: [www.manyfires.nl](http://www.manyfires.nl)***